

体育科（保健領域）学習指導案

日 時：令和元年 11 月 29 日(金)5 校時
対 象：石垣市立新川小学校 6 年 1 組
男子 15 名 女子 18 名 計 33 名
授 業 者：T1 平地 竜樹
T2 兼島 和子
共同研究：八重山地区小学校体育研究会

I 研究テーマ

体育科保健領域における思考力・判断力・表現力を育む学習指導の工夫
～問いについて考える対話的活動を中心とした授業づくりを通して～

II テーマ設定理由

グローバル化の進展や絶え間ない技術革新等，近年児童を取り巻く環境は急速に変化している。その変化に伴い便利さがもたらされる一方，急速な情報機器の普及は，児童の遊びに変容をもたらし，体力低下の一因となっている。また運動する児童とそうでない児童の二極化傾向が顕著となり，解決すべき課題となっている。

そこで，平成 29 年 3 月に公示された小学校学習指導要領（以下学習指導要領）では，「生涯にわたって健康を保持増進し，豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することを重視する観点から，運動や健康に関する課題を発見し，その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して，『知識及び技能』，『思考力，判断力，表現力等』，『学びに向かう力，人間性等』を育成することを目標として示す」としている。これらの三つの資質・能力を育成するために，体育科においては児童の主体的・対話的で深い学びに向けた授業改善が求められている。また，「習得した知識や技能を活用して課題解決することや，学習したことを相手に分かりやすく伝えること等に課題がある」という現状から，今後，「思考力，判断力，表現力等」の育成は一層重要視されると考えられる。

学習指導要領では，保健領域に関する課題として「健康課題を発見し，主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり，社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要」という指摘が示された。また，6 学年「病気の予防」のねらいとして，「課題を見付け，その解決を目指した活動を通して，理解することができるよう指導していかなければならない。」と示された。しかし，これまでの実践を振り返ると，教科内容に関する知識の習得に重点を置き，教師からの情報伝達を中心とした講義的な授業展開が多く見られたように思う。今後の保健学習の展開として，健康に関わる課題を発見し，その解決を図る主体的・対話的な学習活動を通して，資質・能力を育成していくことが必要だと考える。また，学習過程の質的改善や授業改善の視点を踏まえ，地域の健康課題に着目した単元構想や題材づくりなど内容や時間のまとまりの中で学びを構築していく必要がある。

そこで，健康課題に関連させた問いについて考える対話的活動の工夫を通して，児童の資質・能力の育成へつなげたいと考えた。単元を通して，「気づく・見つける－調べる・解決する－深める・伝える－まとめる・生かす」という学習過程を設定し，望ましい生活行動へ向けた課題共有・解決につなげることで，思考力・判断力・表現力を高めることができると考え，本テーマを設定した。

III 研究仮説

第 6 学年「病気の予防」の学習において，自分の言葉で説明したり，仲間の説明に耳を傾けたり，自分の考えを再構築したりといった一連の対話的活動を繰り返し行い，望ましい生活行動へ向けた課題共有・解決につなげることで，児童の思考力・判断力・表現力を高めることができるであろう。

IV 研究内容

- | | |
|------------------|-------------------|
| (1) 学習過程の工夫について | (2) 学び合い活動について |
| (3) 教材・教具の工夫について | (4) 指導と評価の一体化について |

V 単元名 「病気の予防」

VI 単元の目標

- 1 病気の予防について、課題を見付け、その解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。【知識】
- 2 病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し、判断するとともにそれらを表現することができるようにする。【思考力・判断力・表現力等】
- 3 病気の予防について資料を調べたり、進んで課題解決に取り組んだりすることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】

VII 単元について

1 教材観

本単元は病気の予防について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して理解することができることをねらいとしており、学習内容として、「病気の起こり方」「感染症の予防」「生活習慣病の予防」「喫煙・飲酒・薬物乱用の害と健康」「地域の保健活動」が設定されている。

「病気の予防」の学習を通して、児童一人一人が病気の発生要因や予防の方法を知り、喫煙、飲酒、薬物乱用が健康に与える影響についての理解を深める。また、自己の健康の保持増進や回復に主体的に取り組む態度や、課題解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現する力を身に付けさせていく。加えて、「生活習慣病の予防」の発展的な学習として、本県の地理的環境に起因する病気の課題である「紫外線による人体への影響」を取り上げ、生涯にわたって健康を保持増進するための基礎知識を習得し、豊かなスポーツライフの実現に向けて主体的に取り組むことができるようにしたい。

「小学校学習指導要領(平成 29 年告示)解説体育編 平成 29 年 7 月」での位置付け

G 保健 (3)病気の予防	
(3)病気の予防について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	
知識	<p>ア 病気の予防について理解すること。</p> <p>(ア)病気は、病原体、体の抵抗力、生活活動、環境が関わりあって起こること。</p> <p>(イ)病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。</p> <p>(ウ)生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、口腔内の衛生を保つなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。</p> <p>(エ)喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。</p> <p>(オ)地域では保健に関わる様々な活動が行われていること。</p>
思考力・判断力・表現力等	イ 病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

2 児童観

本学級の児童を対象に、生活習慣に関するアンケート調査を実施した。生活リズムにおいては、約8割以上の肯定値を示し、基本的な生活習慣が身に付いている児童が多いといえる(質問項目1～3)。しかし、かぜなどの感染症の原因について考えたり、予防につとめたりする児童は半数以下という結果となった(質問項目4, 5)。また、屋外の活動に対して前向きな児童が多い反面(質問項目6)、紫外線に対しての知識や対策については十分ではない児童が多いことが分かる(質問項目7～9)。このことから、健康への意識は高いものの原因や予防法についての知識は十分でないと考えられる。

そこで、健康に関わる原則や予防の概念を基に、身近な生活における課題を捉え、その解決に向けて主体的に取り組むことができるようにしたい。

「将来の自分は健康でありたい」という質問項目では、未来の自分も健康であり続けたいという思いをほぼ全員の児童が持っていること(質問項目10)が分かった。その児童の健康に対する思いや願いを実現・継続させるために、本授業では、将来の自分の姿を意識しながら、主体的に学べるよう指導・支援していきたい。

質問項目		肯定的	否定的
1	毎朝、朝ご飯を食べる。	97%	3%
2	毎日夜11時までに寝ている。	73%	27%
3	食後は必ず歯を磨く。	88%	12%
4	毎年、一回以上かぜやインフルエンザにかかる	45%	55%
5	かぜや病気になった時、その原因を考えた事がある。	48%	52%
6	外に出て遊ぶことが好きだ。	73%	27%
7	晴れの日、外に出るときは帽子をかぶる。	30%	70%
8	日やけ対策をしている。	24%	76%
9	日やけすることはいいことだと思う。	52%	48%
10	将来の自分の身体は健康でありたい。	94%	6%

〈調査対象 6年1組 児童33名 令和元年8月28日実施〉

3 本単元における指導の手立て

(1)対話的活動の工夫

児童が、課題解決に向けて主体的に思考・判断・表現する力を育成するために、本単元を進めるにあたり、「気づく・見つけるー調べる・解決するー深める・伝えるーまとめる・生かす」という学習過程を設定する(表1)。

単元を通して、こうした一連の対話的活動を繰り返し、多面的多角的な見方・考え方に触れさせることで、新たな問いや価値が生まれる等、思考・判断・表現する力を育ませたい。

①「気づく・見つける」	課題についての自分の考えを持つ活動 ・提示された問いについて一人で考え、ワークシートに記入する。
-------------	--



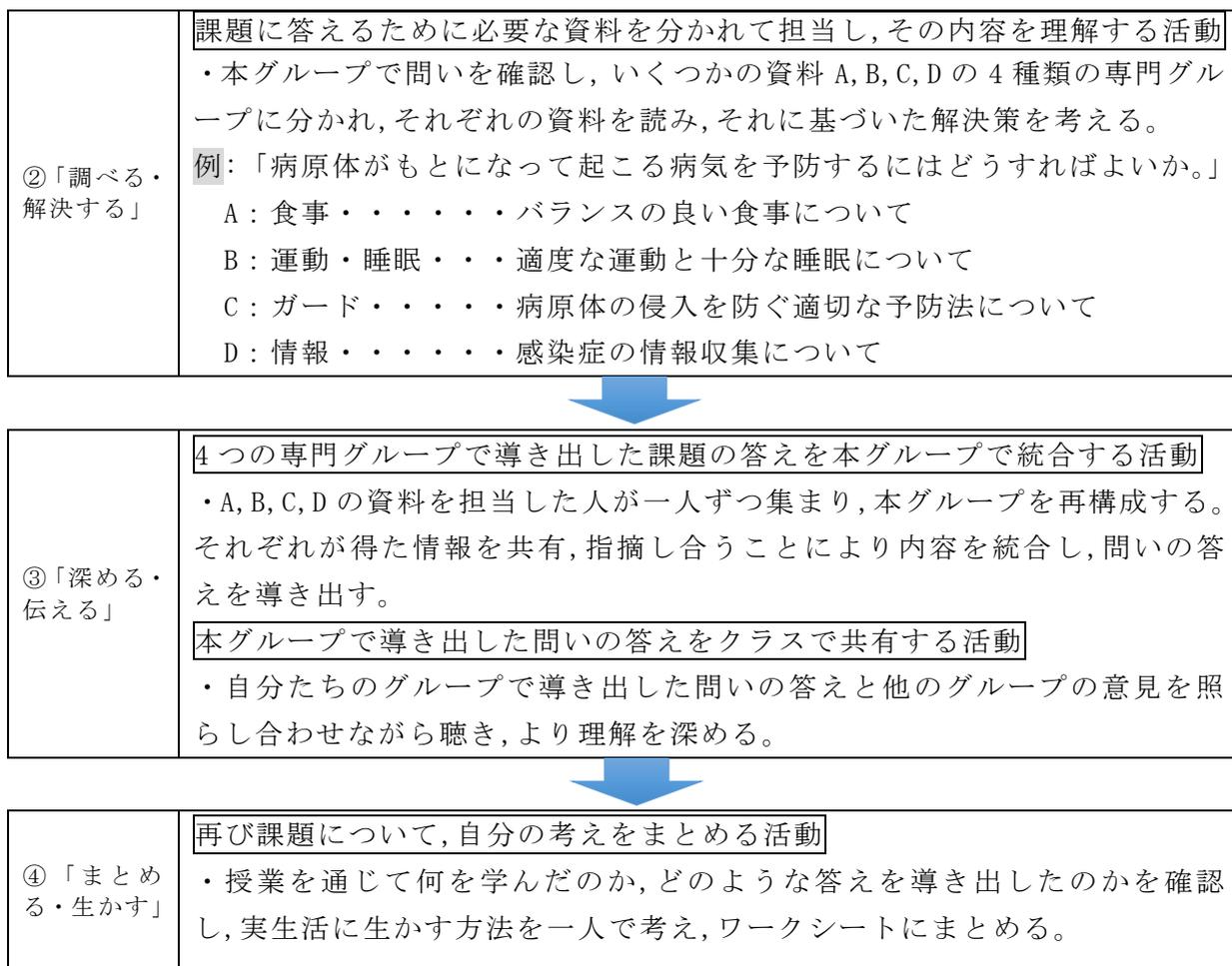


図 1 本単元の学習過程(対話的活動の工夫)

(2)養護教諭と専門医との連携

単元を進めるにあたっては、保健において幅広い知識を持っている養護教諭と連携しまた、効果的な資料を選定・作成し(専門医による資料提供)授業に活用する。

授業においては、養護教諭と T・T を行い、児童の意欲・関心を高めるとともに、より専門的で日常生活と結び付けた指導を行う。

(3)運動領域と保健領域との関連

本単元の指導にあたっては、適度な運動の必要性に触れるなど運動領域と保健領域の関連を持たせて指導する。

これからの自分の生活について考える場面においても、知識のみの目標にならないよう、自分に合った実現可能な目標を意識させ、運動領域と関連させて日常生活の中で実践できるよう指導・支援する。

運動領域	保健領域
<ul style="list-style-type: none"> ・全身を使った運動を日常的に行うことが、大人になってからの病気の予防方法としても重要。 ・各運動領域において、学習したことを基に日常的に運動に親しむことを関連づける。 	<p>「病気の予防」</p> <ul style="list-style-type: none"> 病気の起こり方・感染症の予防 生活習慣病の予防 喫煙・飲酒・薬物乱用と健康 地域の保健活動

(4)地域の実態に即した教材の工夫

既習の学習内容を生かし、本県におけるより身近な健康課題を発展的に捉えさせることで、より主体的に学習に取り組み深められるように指導・支援する。

【本県における紫外線を教材化する意義】

世界保健機構(WHO)は地球のオゾン層の減少から紫外線に対しての人体への影響を懸念し、予防や知識習得の必要性を訴えている。それを受けて環境省は「紫外線 環境保健マニュアル 2015」で、近年紫外線量の長期的な増加傾向が見られると記載し、年間紫外線量は北海道(札幌)と沖縄(那覇)では数値は2倍近く違いがあるとしている。(図2) また、金沢医科大学眼科学講座 佐々木洋教授等が八重山地区における児童の紫外線による眼への影響を調べるため眼球調査をしている。その結果、北海道や東京の児童に比べて、八重山の児童は紫外線角膜炎になる割合が多いことが分かった。紫外線角膜炎は自然治癒する場合もあるが、再発と治癒を繰り返していくうちに30代にかけて徐々に翼状片が瞳孔付近まで増殖し、視力障害をきたすことがある。(図3)

そのため、本県・八重山の児童にとっては、早いうちからの紫外線に対する知識の習得や予防について学ぶ機会が必要であると考えます。

そこで本単元では、病気の予防の発展的な学習として本時を位置付け、本教材を取り扱う。

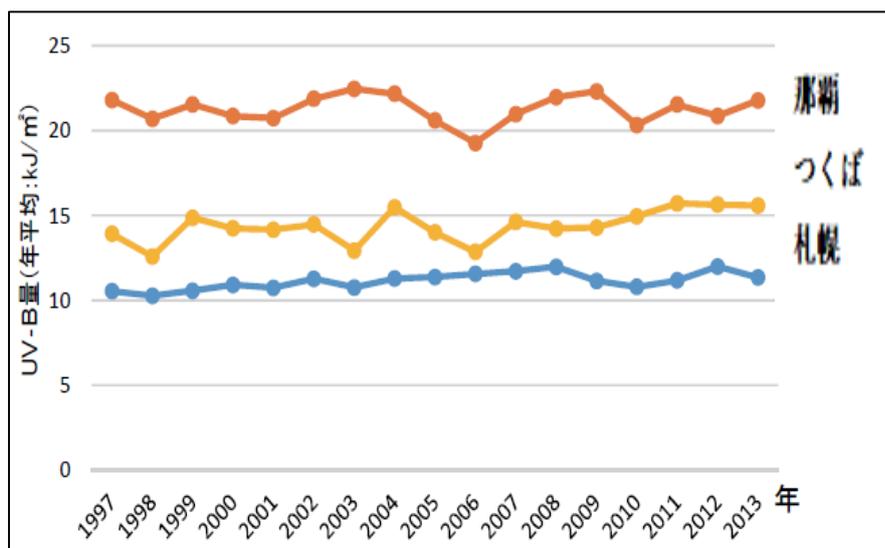


図2 各地の紫外線照射量の年平均値の推移 (気象庁データより)

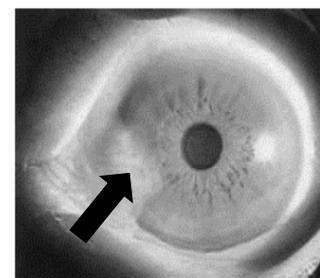


図3 翼状片の眼球への増殖

4 評価規準について

	知識	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
単元の評価規準	病気の起こり方と予防の方法、地域の保健活動について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	病気の予防について、課題の解決を目指して、実践的に考え、判断し、話し合ったり、書いたり、発表したりしている。	病気の予防について関心を持ち学習活動に意欲的に取り組もうとしている。

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">学習活動に即した評価規準</p>	<p>①病気の起こり方について理解したことを発言したり，書いたりしている。</p> <p>②病原体が要因となって起こる病気の予防について，理解したことを言ったり，書いたりしている。</p> <p>③生活行動や環境が関わって起こる病気の予防について理解したことを言ったり，書いたりしている。</p> <p>④喫煙，飲酒薬物乱用と健康について理解したことを言ったり，書いたりしている。</p> <p>⑤地域の様々な保健活動の取組みについて理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①病気の予防について，教科書や調べたことを基に，課題や解決の方法を見つけたり，選んだりして，それらを説明している。</p> <p>②病気の予防について，学習したことを自分の生活と比べたり，関係を見つけたりして，それを説明している。</p>	<p>①病気の予防について，教科書や資料などを見たり，自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。</p> <p>②病気の予防について，課題の解決に向けての話合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。</p>
---	---	--	--

5 指導・評価計画(9時間)

時		1	2	3	4	5本時	6	7	8	9	
一時間の学習の流れ	導入	「病気の起こり方」 1. 知っている病気の名前を挙げ、それぞれの病気の主な原因について考える。	「感染症の予防」 1. インフルエンザや食中毒の発生状況について知る。	「生活習慣病の予防①」 1. 日頃の生活習慣を点検する。	「生活習慣病の予防②」 1. 自分の歯磨きをする時間を振り返る。	「広げよう」 1. 屋外での過ごし方を振り返る。 2. 紫外線が身体に与える影響について知る。	「たばこの害と健康」 1. たばこについてのイメージを挙げる。	「飲酒と薬物の害と健康」 1. 飲酒や薬物についてのイメージを挙げる。	「飲酒と薬物の害と健康」 1. お酒や薬物についてのイメージを挙げる。	「地域の保健活動」 1. 地域の保健活動について調べましょう。 2. 健康を守るための施設や活動について考える。	
		2. めあて				3. めあて		3. めあて			
		病気は、どのようにして起こるのかを調べてみましょう。	病原体がもとになって起こる病気を予防するには、どうすればよいのか調べましょう。	生活のしかたがかかわって起こる病気は、どのようなか調べましょう。	むし歯や歯周病は、どのようにしたら予防できるのか調べましょう。	紫外線が原因で起こる病気を予防するには、どのように生活すればよいだろうか。	たばこの害について調べましょう。	飲酒の害について調べましょう。	薬物乱用の害について調べましょう。	地域の人々の健康を守るために、どんな活動が行われているか調べよう。	
	展開	3. それぞれの病気の主な原因を交流する。 4. かぜを例に病気の起こり方について考える。 5. 事例を基にかぜをひきやすい理由を考える。	3. インフルエンザと食中毒の起こり方について知る。 4. 病原体がもとになって起こる病気の予防方法についてまとめる。 5. インフルエンザの予防方法とその効果について考える。	3. 生活習慣に関する病気の起こり方について知る。 4. 生活習慣病とその原因となる生活行動について知る。 5. 生活の仕方と病気について学習したことを踏まえて、健康のために実行することを考える。	3. むし歯や歯周病の起こり方について調べる。 4. 生活の仕方と口腔内の状態を比べ、むし歯を防ぐための生活の仕方について考える。	4. 紫外線から守るためにどうすればよいか考える。 5. 専門グループで得た情報を統合する 6. グループで導き出した予防法を発表・共有する。	3. 喫煙の害について調べる。 4. 未成年者の喫煙が禁止されている理由を知る。 5. 喫煙を制限する場所が増えている理由を知る。 6. 大人になっても喫煙しない方がよい理由を挙げる。	3. 飲酒の害について調べる。 4. 未成年者の飲酒が禁止されている理由を知る。 5. 自分が飲酒をしない理由を考える。	3. 薬物の害について調べる。 4. 薬物乱用が禁止されている理由を知る。 5. 薬物乱用をしない理由を考える。	4. これまでに利用したことのある活動・施設を思い出す。 5. 保健所や健康福祉センターの活動について調べる。	
	終末	6. 本時の学習の振り返りをする。	6. 本時の学習の振り返りをする。	6. 本時の学習の振り返りをする。	5. 本時の学習の振り返りをする。	7. 本時の学習の振り返りをする。	7. 本時の学習の振り返りをする。	6. 本時の学習の振り返りをする。	6. 本時の学習の振り返りをする。	6. 本時の学習の振り返りをする。	
T2との関わり		病気の起こる原因の掲示物作成	本校の昨年度のインフルエンザ罹患状況グラフ作成		本校のむし歯、歯周病の罹患状況	紫外線が人体への影響や眼球に与える影響の説明			薬物の害の説明	保健所・健康福祉センターとの連携	
評価※	知識	①	②		③		④	④	④	⑤	
	思・判・表		①	②		①				②	
	態度	①		①		①	②	②	②		

※【4 学習活動に即した評価規準】の番号を記載

VIII 本時の学習(5/9)

1 ねらい

紫外線による人体への影響や病気の予防法を考え、自分の生活と結び付けて望ましい生活行動について説明することができる。【思考力・判断力・表現力】

2 授業仮説

予防法を考える場において、課題解決にむけた対話的活動を取り入れることで、多様な考えに触れ、望ましい生活行動についての思考を深めることができるであろう。

3 本時の展開

	学習活動 「主な発問と指示」 ・予想される児童の反応	指導上の留意点○と支援● ◆【評価】
導入 10分	<p>〈気づく・見つける〉</p> <p>1. 日焼けをした目や肌の写真をみて考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>T1:何が原因で眼球や肌は日焼けするのでしょうか。</p> <p>・太陽・日光・紫外線</p> </div> <p>2. 紫外線による健康被害について知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>T2:紫外線は人体にどんな影響があるのでしょうか。</p> <p>・紫外線を浴び続けるとどんな病気になるか知る。 ・目も日焼けをすることを知る。 ・沖縄と北海道の紫外線の量の違いを知る。 ・八重山の子どもの目を検査した結果を知る。</p> </div> <p>3. めあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>紫外線が原因で起こる病気の予防法を考えよう。</p> </div> <p>・めあてについて自分の考えを記入する。</p>	<p>○日焼けをした眼球や肌の様子を見せる(写真)。</p> <p>○児童の日常の様子から、紫外線の影響が身近なものだと感じさせ、本時への関心・意欲を高める。</p> <p>○T2 が電子黒板を使用しながら紫外線が目に与える影響をおさえる。</p> <p>○養護教諭より、専門的な知識の指導を行う。</p>
展開 ① 10分	<p>〈調べる・解決する〉</p> <p>4. A 食事, B 休養・睡眠, C ガード, D 情報活用の4つの専門グループに分かれ、それぞれの資料を読み予防法を考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>T1:紫外線の強い石垣島だからこそ、自分たちができる予防法を考えよう。</p> </div> <p>5. 自分のグループに戻り、それぞれが得た情報を基に、自分達の生活スタイルに合った予防法を考える。</p>	<p>●解決策に悩むグループには、TTで連携をとりながら、アドバイスをする。</p> <p>○グループ内でファシリテーター・記録・発表の役割を決めておく。</p> <p>◆紫外線による健康被害への予防法を考え、自分の生活と結び付けて望ましい生活行動について説明している。</p> <p>【思考力・判断力・表現力】</p>

展開 ② 20分	<p>〈深める・伝える〉</p> <p>6. グループで導き出した予防法を発表・共有する。</p>	<p>○4つの視点を踏まえた上で内容を発表させる。</p> <p>○他のグループの考えを知り、予防法を多面的に捉えさせる。</p>
終末 5分	<p>〈まとめる・生かす〉</p> <p>7. これからの生活について自分の考えをまとめる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>T1:今日の学習を振り返って、今後の望ましい生活について考えよう。</p> </div>	<p>◆紫外線が関係する病気の予防について、自分の生活を振り返り今後の生活について生かそうとしている。(ワークシート)</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p>

4 評価

紫外線による人体への影響や病気の予防法を考え、自分の生活と結び付けて望ましい生活行動について説明している。【思考力・判断力・表現力】

5 板書計画

11/29(金)
病気の予防

(めあて)紫外線が原因で起こる病気の予防法を考えよう。

原因はなんだろう？

目の日やけの原因

紫外線

全員で考えたこと

みんな	自分
食事	ガード
休養すいみん	情報

まとめ

紫外線が原因で起こる病気を予防するには生活をふりかえりながら自分に合った予防法に取り組むことが大切である。

グループで考えた予防策

日焼けの目の写真

原因はなんだろう？

日焼けの肌の写真

目の日やけの原因

IX 参考文献・資料

- ・ 文部科学省 『小学校学習指導要領(平成29年告示)解説 体育編』 東洋館出版 2017
- ・ 文部科学省 『「生きる力」を育む小学校保健教育の手引き』 2019
- ・ 岡出美則・植田誠治 『小学校新学習指導要領ポイント総整理 体育』 東洋館出版社 2017
- ・ 『体育科教育』 8月号 大修館書店 2019
- ・ 環境省 『紫外線 環境保健マニュアル 2015』 2015
- ・ 金沢医科大学提供資料(佐々木洋教授)